

Zorgen voor eigen bejaarde hulpbehoevende ouders:

De problematiek

- FEIT 1** De vergrijzing gaat snel. De gemiddelde levensverwachting bij geboorte overschrijdt nu de 80 jaar en is 82,9 jaar voor vrouwen en 77,8 jaar voor mannen. In 2013 was een kwart van de Vlamingen ouder dan 60 jaar. De grote generatie babyboomers, geboren tussen 1945 en 1952 bereikt momenteel de levensfase boven de 65 jaar.
- FEIT 2** Het aantal levensjaren dat men mogelijks doorbrengt in minder goede gezondheid is groot. De gemiddelde levensverwachting in goede gezondheid is zowel voor mannen als voor vrouwen 65,6 jaar (WIV-ISP). Mannen verkeren op het eind van hun leven dus gemiddeld 12,2 jaar in minder goede gezondheid, vrouwen 17,3 jaar.

Informele zorg gaat over niet-professionele, extra zorg aan hulpbehoevenden door één of meerdere leden uit de directe omgeving (bv. familieleden, vrienden, kennissen of bureu). De ondersteuning in de zorg gebeurt vanuit een sociale relatie en op vrijwillige basis.

- FEIT 3** 68% van de thuiswonende 65- tot 74-jarigen krijgt informele zorg in het huishouden. Informele zorg is daarmee de meest verspreide extramurale zorg voor hulpbehoevende ouderen. Ouderen kiezen thuiszorg, informele zorg, die vaak gegeven wordt door hun eigen kinderen. Pas wanneer ze langdurige hulp of persoonsverzorging nodig hebben, roepen ze de hulp van professionele thuiszorgdiensten in.
- FEIT 4** Hoewel er een groei is in het aantal plaatsen in rust- en verzorgingstehuizen, is deze groei te klein voor het groeiend aantal hulpbehoevende ouderen. Er wordt steeds meer gerekend op zelfzorg en informele zorg.
- FEIT 5** Het welbevinden van de zorgafhankelijke oudere en de kwaliteit van de informele zorg voor de oudere hangt in hoge mate samen met het psychisch, lichamelijk en sociaal welbevinden van de informele zorgverlener. Als de informele zorgverlener overbelast is, zal de verleende zorg aan kwaliteit inboeten (Rutten en Houtjes, 2004).

Drie deelonderzoeken

- 1 De ervaren druk bij informele zorgverleners voor ouderen in kaart gebracht.**
Ervaren informele zorgverleners voor eigen ouders een druk door het zorgen? Welke factoren hangen samen met die druk?
- 2 Hoe gaan kinderen om met gedrag dat ze als lastig ervaren bij hun hulpbehoevende ouder?**
De helft van de bevroagde informele zorgverleners geeft aan het lastig te hebben met een bepaald gedrag bij hun ouder. De resultaten van dit verkennend deelonderzoek focussen op hoe kinderen omgaan met dit gedrag bij hun ouders.
- 3 Professionele ondersteuning voor de informele zorgverlener in Kortrijk**
Welke behoeftes ervaren professionele hulpverleners bij informele zorgverleners voor eigen ouders? Wat zijn knelpunten bij professionele ondersteuning van informele zorgverleners?

Info

Leen Van der Vorst
coördinator expertisecentrum Sociale Innovatie
e-mail: leen.vandervorst@vives.be

Anke Van Canneyt
opleidingshoofd professionele bachelor Toegepaste Psychologie
e-mail: anke.vancanneyt@vives.be

Sylvie Steenhaut
onderzoeker
e-mail: sylvie.steenhaut@vives.be

Nele Warlop
onderzoeker
e-mail: nele.warlop@vives.be

Katholieke Hogeschool VIVES
Studiegebied Sociaal-Agogisch werk
Doorniksesteenweg 145
8500 Kortrijk

e-mail: saw.kortrijk@vives.be
tel. 056 26 41 50

www.vives.be

ASSOCIATIE
KU LEUVEN

HOGESCHOOL VIVES
STUDIEGEBIED SOCIAAL-AGOGISCH WERK

(mantel) Zorgen voor eigen ouders

EVIDENT!

*'Het is mijn mama,
dus het is normaal dat ik voor haar zorg.'*
59-JARIGE MANTELZORGER DIE ZORGT VOOR 85-JARIGE MOEDER
DIE IN EEN SERVICEFLAT WOONT

*'Ik vind het alleen maar juist om je ouders te helpen en
te steunen. Ze hebben zelf al mijn hele leven voor mij
gezorgd, dus ik vind het normaal dat ik dit teruggeef.'*
MANTELZORGER VOOR MOEDER VAN 64 EN VOOR VADER VAN 67 JAAR

EVIDENT?

'Het is een verplichting die ik vrijwillig vervul.'
57-JARIGE MANTELZORGER VAN 90-JARIGE VADER DIE NOG THUIS WOONT

*'Ik zie vaak mantelzorgers die gebukt gaan
onder de zorg voor hun ouders.
Wat moet ik ermee doen?'*
KLINISCH PSYCHOLOOG CGGZ

katholieke hogeschool
associatie KU Leuven



De druk die informele zorgverleners ervaren in kaart gebracht

Aan de hand van een vragenlijst werden 169 vrouwen en mannen tussen de 45 en 60 jaar die een hulpbehoevende ouder hebben, bevraagd. De vragenlijst peilde naar een aantal achtergrondgegevens, de aard van de verleende zorg, aanwezigheid van gedragsveranderingen bij de ouder, de ervaren druk bij de informele zorg en het lichamelijk, psychisch en sociaal welbevinden van de informele zorgverlener.

VASTSTELLING 1 **Zorgen voor eigen ouders is wijd verspreid.**

- Zo goed als alle kinderen (97.6%) met een hulpbehoevende ouder, bieden informele zorg aan hun hulpbehoevende ouder.

VASTSTELLING 2 **Een derde van de informele zorgverleners voelt zich zwaar belast door de informele zorg.**

- Bijna 29% van de bevroagden beantwoordt zowel de vraag 'De situatie van mijn zorgbehoevende ouder laat mij nooit los' als de vraag 'Ik voel me over het geheel genomen erg onder druk staan door de situatie van mijn zorgbehoevende ouder' positief.

VASTSTELLING 3 **De ervaren belasting door de zorg hangt samen met het lichamelijk, psychisch en sociaal welbevinden van de informele zorgverlener.**

- Hoe meer druk ervaren wordt, hoe meer lichamelijke, psychische en sociale klachten de informele zorgverlener rapporteert.

VASTSTELLING 4 **Informele zorgverleners die aangeven het lastig te hebben met bepaald gedrag bij hun ouder, ervaren meer druk door de zorg en rapporteren meer lichamelijke en psychische klachten.**

- Meer dan de helft van de kinderen met een hulpbehoevende ouder (51%) geeft aan het lastig te hebben met bepaalde gedragingen bij hun ouder (zie ook tabel hieronder).

GEDRAG DAT ALS LASTIG ERVAREN WORDT	BESCHRIJVING VAN HET GEDRAG, ZOALS OPGENOMEN IN DE BEVRAGING	PERCENTAGE GERAP- PORTEERD DOOR KIND
NEGATIEVE INGESTELDHEID	Bijvoorbeeld futloosheid, neerslachtigheid, somberheid, geen plezier meer hebben, ...	79.4%
PROBLEMEN MET HET GEHEUGEN	Bijvoorbeeld dezelfde vragen stellen, geen aanwijzingen kunnen opvolgen, desoriëntatie in tijd, plaats en persoon,...	64.1%
ZICH AFHANKELIJK OPSTELLEN/CLAIMEND GEDRAG STELLEN	Bijvoorbeeld overdreven beroep doen op uw hulp, overdreven veel of vaak hulp vragen,...	53.9%
MEDICATIEGEBRUIK/ MISBRUIK	Bijvoorbeeld slaappillen (uitgezonderd medicatie voor medische aandoeningen)	41.1%
ACHTERDOCHT	Bijvoorbeeld mensen wantrouwen, paranoia, hallucinaties,...	38.3%
ZELFVERWAARLOZING	Bijvoorbeeld gebrek aan hygiëne, niet eten,...	33.9%
ANGST	Bijvoorbeeld voor dieren, mensen, voorwerpen, gebeurtenissen in het leven, ...	33.3%
AGRESSIE	Bijvoorbeeld vloeken, schelden, slaan, schoppen, spugen,...	29.4%
ALCOHOLGEBRUIK	/	20.7%
VLUCHTGEDRAG	Bijvoorbeeld weglopen	9.2%
SEKSUEEL ONTREMDE GEDRAG	Bijvoorbeeld seksueel getinte opmerkingen, bloot rondlopen, erotische films bekijken wanneer anderen erbij zijn,...	5.6%

- Ongeacht hoe vaak de verschillende lastige gedragingen voorkomen, hebben de informele zorgverleners het vooral lastig met negatieve ingesteldheid, afhankelijk gedrag, problemen met het geheugen en zelfverwaarlozing bij hun ouder.

VASTSTELLING 5 **De ervaren druk bij de informele zorgverleners is groter als zij aangeven te moeten inboeten aan eigen activiteiten om de zorg te kunnen verlenen.**

- Het kan hierbij bijvoorbeeld gaan om activiteiten op vlak van vrije tijd, van tewerkstelling, partner/gezin/eigen huishouden en/of op financieel vlak.

VASTSTELLING 6 **Ervaren druk door de informele zorgverleners hangt samen met de waardering voor de zorg door de ouder.**

- Informele zorgverleners die aangeven erkenning te krijgen van hun hulpbehoevende ouder voor de verleende zorg, ervaren minder druk bij het verlenen van de zorg.

Hoe gaan kinderen om met gedrag van hun hulpbehoevende ouder dat ze als lastig ervaren?

VASTSTELLING 1 **Lastig gedrag wordt vaak genegeerd door het kind dat informele zorg verleent.**

- Zowel negatieve ingesteldheid (23%), geheugenproblemen (15%), claimend gedrag (18%) als zelfverwaarlozing (8%) worden door de informele zorgverlener vaak genegeerd.
- Verder onderzoek is nodig om na te gaan waarom informele zorgverleners lastige gedragingen negeren.

VASTSTELLING 2 **Kinderen die informele zorg verlenen aan hun hulpbehoevende ouder, weten goed hoe te reageren op geheugenproblemen.**

- Op geheugenproblemen wordt door de informele zorgverlener meestal gereageerd met het aanreiken van praktische hulpmiddelen, structuur en herhaling, wat in de literatuur omschreven staat als adaptief.

VASTSTELLING 3 **Hoewel het niet expliciet bevraagd werd, is het opvallend dat slechts één bevraagde aangeeft professionele hulp in te roepen bij het omgaan met lastig gedrag.**

Handvaten voor de informele zorgverlener

HANDVAT 1 **Negeren van lastig gedrag, helpt meestal niet.**

- Door het lastig gedrag te negeren, wordt het helaas vaak alleen maar versterkt, zo blijkt uit literatuur.

HANDVAT 2 **Er zijn reacties die steeds adaptief of goed zijn bij verschillende lastige gedragingen.**

- Het onderhouden van het contact met de oudere, is essentieel.
 - Het is uiteraard noodzakelijk oor te hebben voor materiële vragen van de hulpbehoevende ouder.
 - Daarnaast is ook de kwaliteit van de relatie met de oudere belangrijk. Dit kan onder andere door de tijd te nemen om met de oudere te praten en diens gedachten en gevoelens te erkennen.

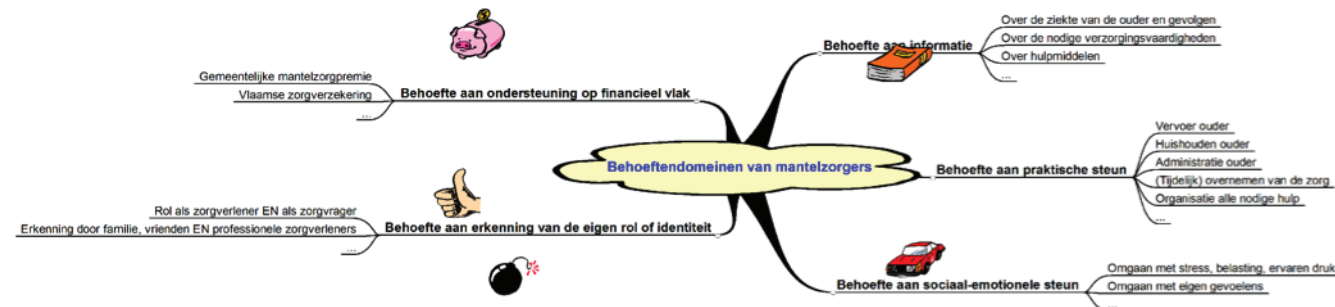
- Structuur aanbieden aan de oudere helpt duidelijkheid te scheppen aan alle betrokken partijen. Dit kan bijvoorbeeld door steeds langs te gaan op eenzelfde moment, door een dagschema aan te bieden, door de medicatie steeds op dezelfde plaats te leggen, enzoverder.

- Goede afspraken maken tussen de ouder, de informele zorgverleners en de professionelen, zorgt voor een goede afstemming van de zorg voor de oudere.

HANDVAT 3 **Durf aangeven dat de zorg lastig is!**

- Het is belangrijk dat informele zorgverleners durven aangeven dat ze het lastig hebben met bepaald gedrag van de oudere. Op die manier kan de professionele hulpverlener (bv. (huis) arts, thuiszorgdiensten, verpleegkundige, mutualiteit,...) handvaten aanreiken om om te gaan met dergelijk gedrag.

Professionele ondersteuning voor de informele zorgverlener in Kortrijk



VASTSTELLING 1 **Volgens de professionele hulpverleners hebben informele zorgverleners een grote behoefte aan informatie en aan praktische steun.**

- Er is een groot aanbod aan professionele dienstverlening voor deze vragen.
- Hoewel het aanbod groot is, vindt zowel de informele zorgverlener als de professionele hulpverlener niet altijd snel zijn weg. Er is veel versnippering in het dienstaanbod.

VASTSTELLING 2 **De professionele hulpverleners ervaren bij de informele zorgverleners een grote behoefte aan financiële ondersteuning.**

- Een eerste aandachtspunt is dat er financiële ondersteuning bestaat, maar dat deze te weinig bekend is bij de informele zorgverleners.

- Een tweede aandachtspunt hierbij is dat ook deze financiële ondersteuning te versnipperd is waardoor er geen duidelijkheid meer is over de verschillende mogelijkheden.

VASTSTELLING 3 **Voor de behoefte aan sociaal-emotionele steun en de behoefte aan erkenning geven de professionelen aan minder door te verwijzen naar specifieke diensten.**

- Nochtans blijkt uit het eerste deel van dit onderzoek dat informele zorgverleners wel degelijk een verhoogde druk ervaren die kan resulteren in een behoefte aan sociaal-emotionele steun of de behoefte aan herkenning om de zorg te kunnen blijven handhaven zonder er zelf aan onderdoor te gaan.

VASTSTELLING 4 **Professionelen geven duidelijk de noodzaak aan communicatie aan tussen alle betrokken partijen (informele zorgverlener, hulpbehoevende ouder, professionelen,...).**

- Volgens de professionelen is dat echter niet makkelijk te verwezenlijken doordat de betrokken partijen elkaar weinig tot nooit samen treffen.

